

Vol.26

2018 September

みんなの未来を守る健康診断

けんこうリンク

公益財団法人 茨城県総合健診協会 機関紙



筑波山の夕日

Vol.26 CONTENTS

特集

「受動喫煙・三次喫煙～吸わない権利への配慮～」

公益財団法人日本対がん協会 参事 望月 友美子

Topics

- ・全国縦断がんサバイバー支援ウォーク

Information

- ・9月は「がん征圧月間」 ・9月24日～30日は「結核予防週間」
- ・「複十字シール運動」推進のため、大井川知事に陳情書を提出
- ・「労働衛生サービス機能評価認定施設」の認定更新のお知らせ

Present

- ・読者プレゼント

「受動喫煙・三次喫煙」吸わない権利への配慮

公益財団法人日本対がん協会参事 望月 友美子

はじめに

2020年のオリンピック・パラリンピックを機に、五輪開催地は禁煙にしなければならぬ、という国際公約の下、公共の場所や職場を禁煙にする動きにわかに弾みがついている。2018年8月には健康増進法の改正案が国会を通過し、今後、段階を経て、2020年の完全施行に至る。これ以前に、2010年には神奈川県が、2013年には兵庫県が、それぞれ公共の場所における受動喫煙の防止のための条例を策定し、新しいところでは東京都が家庭内の受動喫煙から子どもを守る条例と公共の場所における受動喫煙防止のための条例を策定した。世界保健機関(WHO)は2003年に「たばこ規制枠組条約」(FCTC、Framework Convention on Tobacco Control)を策定し、わが国は2004年に批准、2005年に条約として発効した。この一連の流れは、現世代と次世代をタバコ使用とタバコ煙による健康被害から守ることを目的としたFCTCに依拠しており、特に第8条「たばこの煙にさらされることからの保護」(受動喫煙からの保護)はすべての人々をタバコ煙から守るために定められ、日本も含む締約国は2010年までに法的措置により第8条を履行しなければならなかったのである。現

在、国は「望まない受動喫煙を防ぐ」という政策目標の下に、いわゆる分煙(喫煙所の確保)とともに面積規定による除外を設けているが2020年施行では10年遅れであり、法律の内容は国際水準に照らし合わせて、不本格としかいえないのが実情だ。その理由は、何より、FCTCも第8条も「すべての人々を守る、ユバーサルプロテクション」が前提にあり、喫煙者や非喫煙者、従業員や雇用主や顧客、子どもも大人も区別なく、法の下に平等に守られることが求められているのに対し、日本の政策では守られるものと守られないものとの間に不平等、不公平、格差が助長されるからである。本稿では、タバコの有害性とともに、政策として何が問題なのかを指摘し、それをどのように是正しうるのか、私見を述べてみたい。

「百害あつて二利なし」

〜ここまではわかった
タバコの害〜

たばこの煙には分かっているだけで約7000種類の化学物質が含まれ(未知の物質も含めると十萬種類以上)、有害物質は200種類、発がん物質は70種類含まれている。いわゆる「タール」はある燃焼条件と測定条件下で生成される粒子状物

質の総称で、製法の変化により見かけのタール量の少ない製品が多くなっているが、それは必ずしもリスクの低減には結びつかず、フィルター周りの細かい孔から空気が流入して希釈されるため実際に喫煙者が乳を塞いで吸ったときの有害物質の摂取量とも関係がないことが分かっている。しかも、非常に多種類の有害物質に長期間さらされることによる健康被害は、肺から血中に入つて全身をめぐる発がん物質によって引き起こされるいろいろな部位のがんに留まらず、全身の血管の動脈硬化をひき起こすことから脳血管疾患や心疾患、眼底動脈硬化、慢性閉塞性動脈硬化症※(足の血管に起きやすい)、慢性閉塞性肺疾患(COPD)※、妊娠・出産への影響など枚挙にいとまがない(図1)。さらに本人の喫煙でなくても、家族や職場の人間関係で起きる受動喫煙が引き起こす疾患も明らかになり、肺がんや脳卒中、心筋梗塞、肺気腫、乳幼児突然死症候群、小児喘息などが確定的である(図2)。

これらの疾病の多くは致死率が高く、喫煙により年間約13万人、受動喫煙により

※慢性閉塞性動脈硬化症

足の血管の動脈硬化が進むと、血流障害により「足が痺れる・冷える」「一定距離を歩くと筋肉が痛み、休むと歩ける」などの症状が現れ、これを慢性閉塞性動脈硬化症という。症状が進行すると安静時でも足に痛みが生じるようになり、さらに進行すると潰瘍や壊疽(えそ)を起す。

※慢性閉塞性肺疾患(COPD)

たばこの煙を主とする有害物質を長期にわたり吸うことが原因で肺に炎症が起き、呼吸がしにくくなる病気である。症状はゆっくりと進行していき、進行すると慢性的な咳やタン、歩行・階段昇降時の息切れ、運動時の呼吸困難が現れてくる。さらに進行すると呼吸不全に陥ったり、全身に障害が現れたりする。

プロフィール

望月 友美子 (医師・医学博士)
(もちつきゆみ)

●経歴

- ◆東京大学薬学部 卒業
- ◆慶應義塾大学医学部 卒業、同医学研究科博士課程 修了 (医学博士・公衆衛生学専攻)
- ◆国立がんセンター 研究所疫学部長
- ◆世界保健機関(WHO) タバコフリーイニシアチブディレクター
- ◆及びWHO事務局長補特別顧問 (パートナーシップと国連改革担当)
- ◆厚生労働省 医療技術参与(兼任)
- ◆国立がん研究センターがん対策情報センター たばこ政策支援部長
- ◆アニコムホールディング株式会社 経営企画部医師
- ◆2016年より現職

●所属学会

日本癌学会、日本公衆衛生学会、日本公共政策学会、日本禁煙学会、社会デザイン学会等

●コメンタリー歴

NHK「クロワッサン」現代「BS朝日」津田大介の日本にプラス、フジテレビ「みんなのニュース」、NHKラジオ、NHK国際放送、ニコニコ生放送等

図1 喫煙による健康影響

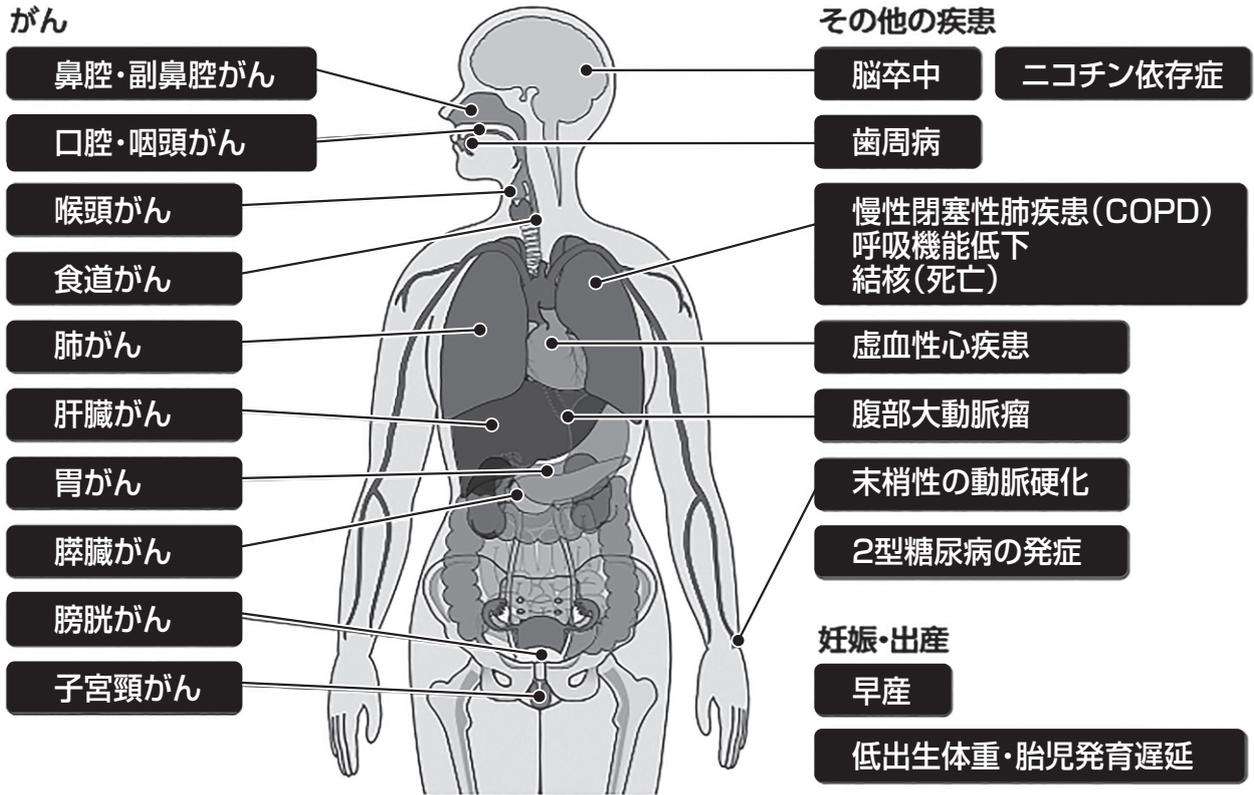
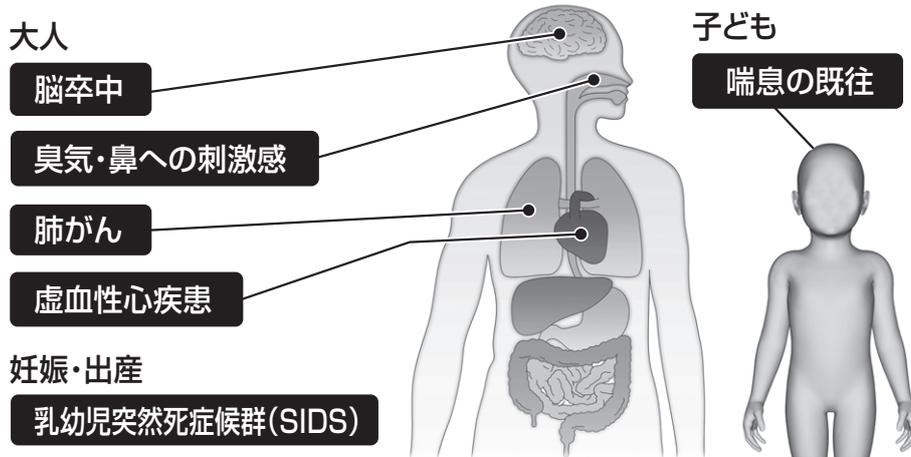


図2 受動喫煙による健康影響



出典:「喫煙と健康:厚生労働省 喫煙と健康影響に関する検討会報告書の概要を知りたい人のために」 国立がん研究センター

1万5000人が亡くなることが試算されている。これらの死亡は喫煙がなかったら、いずれも防ぐことのできた死であり、一人の死亡の背後には数人の家族や数十人の友人や同僚が涙を流すことを考えると、個人の嗜好であるとか、望まない受動喫煙（のみ）を防ぐ、という態度は問題が矮小化し、タバコの被害の大きさを低く見積もることになる。米国では、「喫煙は緩慢なる自殺、受動喫煙は緩慢なる他殺」というスローガンの下、国家的なキャンペーンが行われた。ところで、最近、家庭や公共の場所等で、喫煙者がいなくても、「残留タバコ煙」（三次喫煙）により揮発性の有害成分が放出され続けることで健康障害が生じることが分かってきた。タバコの煙に含まれる有害成分は布や壁などに吸着し、化学反応を起こしながら継続的に放出される。特に、毒物に対する感受性の高い乳幼児などが、家庭内のソファやカーペットに付着したこれらの物質を直接摂取したり、成人でも化学物質に過敏な場合に喘息などの症状が出ることもある。また、室内飼いのペットも、タバコの煙が低いところに流れて犬や猫などの毛に煙がかかったときには、毛づくろいで自分の体を舐めて有害物質を直接体内に取り込むことになり、飼い主の喫煙による被害を被ることから、受動喫煙（二次喫煙）あるいは残留タバコ煙（三次喫煙）の被害者になりうる。このように、想像以上に大きいのがタバコの害であり、リスクが大きく、自らの力で回避や選択ができない弱い存在（例えば子どもや胎児、さらにノーと言にくい雇用関係にある従業員など）を優先して守るような政策の方向が望ましい。残念ながら日本の政策は、リスクの小さい屋外環境の喫煙から規制され、リスクの大きい集団が残されているので、民間の手で逆転させる必要がある。

タバコにノーと言える社会の実現は、民間と地方から

このようにタバコ問題は命に関わる重要な課題であるにも関わらず、政策議論の中で必ず出てくるのが、喫煙者の吸う権利、に対して、非喫煙者の吸わない権利の相克である。自由社会において、愚行権が認められるのは「他者に危害が及ばない限り」であり、この点、タバコは既に述べたように受動喫煙によっても多くの人命を損なうため、社会的な規制の正当性が保証される。しかし、日本では長年にわたり、タバコ産業はまず健康被害を否定し、次に健康被害を認めるものの喫煙所を確保することで（分煙）喫煙者の吸う権利を保障すべきだと主張してきた。日本語のトリックにより、あたかも煙が分けられるような錯覚をひき起こすが、技術的に煙を分離したり、漏れない喫煙所を作ることとは不可能だと証明されているにも関わらず、日本の政策過程では「分煙基準」や「喫煙所の基準」が議論されている。百歩譲って、煙の漏れない喫煙所を作ることができたとしても、非喫煙者の健康を守るために、一番リスクの高い喫煙者を閉じ込めて喫煙を続けさせるのは道義的に問題である。「美しい分煙社会の作り方」とか「吸う人も吸わない人も心地よい」という耳こややつ「ユーザーの」諸外国

図3 日本の政策は順序がさかさま



加熱式タバコとは？
 通常の紙巻きタバコのようにタバコ葉に直接火をつけるのではなく、タバコ葉に熱を加えてニコチンを含んだ蒸気を発生させ、それを吸うことで煙の代替とするもの。


で実現されているような公共空間の禁煙化が日本では実現できないでいる。最近二気に流行が始まっている新しいタバコ製品群（加熱式タバコ※※）も、「煙ではなくエアロゾルや蒸気」、「有害成分は9割減」という根拠のない文言で消費者を惑わしている。これらの製品の長期使用による健康被害はいまだ証明されていないが、依存性物質であるニコチンを巧妙に脳内に伝達する電子デバイスであり、燃焼型のタバコ製品に対する社会通念をくつがえし、新たな流行を生み出すという意味で新たな脅威と捉えるべきである。また急性影響が動物実験や人体でも次々と証明され、これまでのタバコと比較して安全とは決して言えないことが分かってきた。

日本では科学行政・医学行政が予防原則にのっとっていないことから、受動喫煙対策を強化する改正健康増進法が7月によりやく成立しました。改正法をめぐっては、厚労省の当初の規制強化案に規制慎重派が反発し、規制を緩める修正をした経緯があります。その一方で、東京都では国の改正法よりも厳しい世界水準レベルの内容とした受動喫煙防止条例を6月に制定し、2020年4月から全面施行となります。都に続けとばかりに大阪府や静岡県、政令都市の千葉市など、地方自治体が独自条例を制定する方針を示しており（2018年7月現在）、その動きは全国規模で広まりつつあります。今号はがんの最大の原因であるタバコについて注目し、禁煙推進・タバコ対策の第1線として活躍されている望月友美子参事に国内や世界におけるタバコ政策の現状やタバコの害について、専門家の立場で執筆をお願いしました。

日本対がん協会は、今年で創立60周年を迎えます。けんこうリンクも茨城県支部として全国グループとともに丸となって、がんを苦しむ人や悲しむ人をなくしたいという想いで「がんに負けない社会をつくる」活動を行っていきます。

判断が後手後手に回り多くの薬害や公害をもたらしてきたが、タバコ問題は加えて、巨大な利権が政策判断の障害となつて立ちはだかる。しかし、民間や地方の強みは、迅速な経営判断の下に、顔の見える従業員や住民の命に対してより大きな責任をとることにあり、その力があつてこそ、国の後押しができると思う。逆に言えば、民間や地方がノーと言わない限り、日本のタバコ政策に未来はない。



全国縦断がんサバイバー 支援ウォーク

5月21日(月)、日本対がん協会の垣添忠生会長が、全国のがんサバイバーを支援するために始められた「全国縦断がんサバイバー支援ウォーク」で県内を歩かれるとのことで、同協会の茨城県支部である私たちもその活動に賛同し、道中をご一緒させていただきました。

垣添会長は御年77歳、「ご自身も大腸がん、腎臓がんを体験されているがんサバイバーですが、毎日の筋トレを欠かさないそう、その足取りはとても軽やかで、ペースが全く落ちず、普段歩き慣れている私たちは付いていくのがやっとでした。

目的地の茨城県立中央病院(笠間市)では、吉川病院長をはじめ病院スタッフやがんサバイバーの方々が垣添会長を今か今かと待つておられました。

メインイベントのがんサバイバーの方々との対談の中で、垣添会長の「自分はがんの専門医であり、研究者、サバイバー、そして遺族でもある。私ほど色々な面からがんに関わっている人はいない」との言葉が強く印象に残っています。

7月23日(月)、垣添会長は最終目的地の北海道がんセンターに無事到着し、全国総移動距離約3,500kmを踏破されました。

「二度でもがんと診断されたことのある方」をそう呼びます。治療で良くなった人だけでなく、治療中の人も含まれます。

☆がんサバイバーとは？

「一度でもがんと診断されたことのある方」をそう呼びます。治療で良くなった人だけでなく、治療中の人も含まれます。

☆全国縦断がんサバイバー支援ウォークとは？

がんサバイバーの方々がいつでも、どこでも、オンライン上でつながり、リアルタイムで交流できる場として「がんサバイバー(仮)」を設置したい。そのためには設置資金を募り、全国のがんサバイバーのニーズを「がんサバイバー(仮)」に反映させなければ。

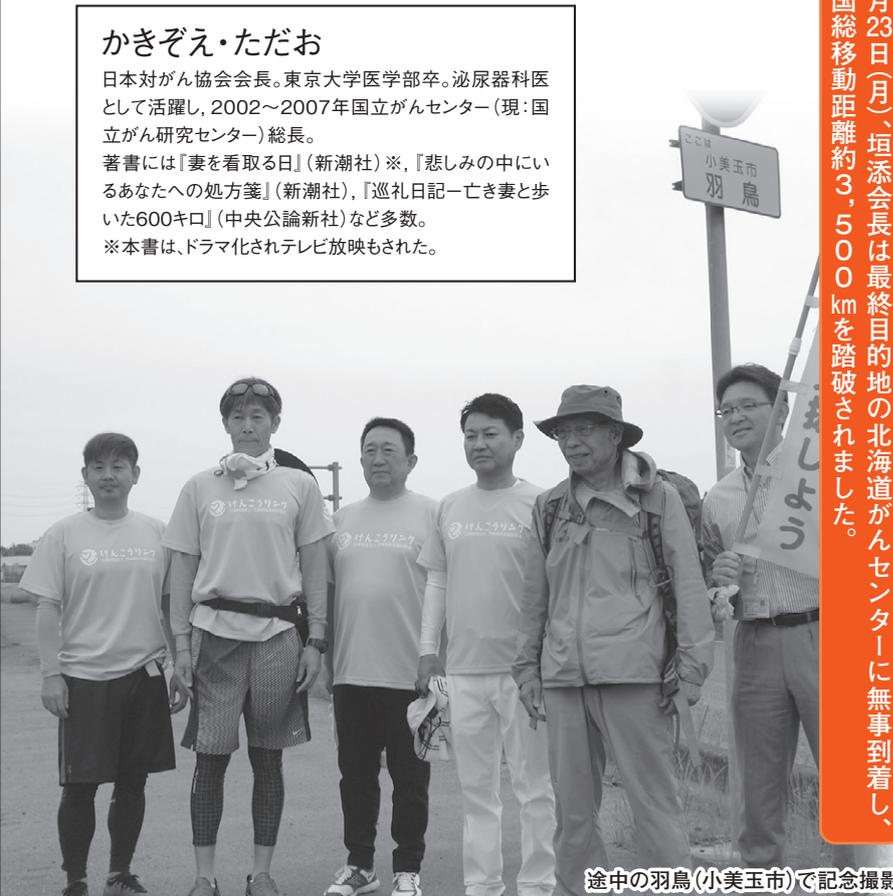
その想いから、垣添会長は歩き始めました。九州がんセンター(福岡市)を出発地点とし、目指すは北海道がんセンター(札幌市)。総移動距離3,500kmを延べ90日間かけて歩む遠い道のりです。

かきぞえ・ただお

日本対がん協会会長。東京大学医学部卒。泌尿器科医として活躍し、2002～2007年国立がんセンター(現：国立がん研究センター)総長。

著書には『妻を看取る日』(新潮社)※、『悲しみの中にあるあなたへの処方箋』(新潮社)、『巡礼日記-亡き妻と歩いた600キロ』(中央公論新社)など多数。

※本書は、ドラマ化されテレビ放映もされた。



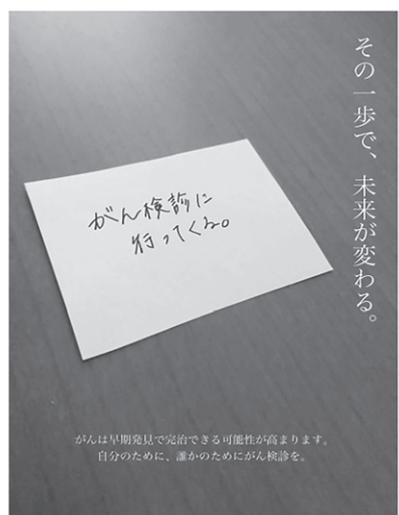
途中の羽鳥(小美玉市)で記念撮影

9月は 「がん征圧月間」

「がん検診 未来の自分にできること」
(2018年度がん征圧スローガン)

がんは、2人に1人が罹り、3人に1人が亡くなる健康と生命にとって重大な疾患です。

この月間は日本対がん協会グループが全国各地で展開する、がんの正しい知識や早期発見・早期治療の重要性を知っていただくための様々な啓発活動を行います。



その一歩で、未来が変わる。

がんは早期発見で完治できる可能性が高まります。自分のために、誰かのためにがん検診を。

日本対がん協会

9月、がん征圧月間 全国大会 2018.9.14 千葉市

2018年度がん征圧ポスター

「がん検診に行くべし」との置き書きメモに、「その一歩で、未来が変わる。」というキャッチコピーが添えられたものとなっています。

ちょっとそこまでするという気軽な感じで検診に行けるというイメージと、この時のこの行動で未来が大きく変わるかもしれないというメッセージ性が絡み合ったすばらしいポスターです。

このポスターはがん征圧月間に合わせて、けんこうリンクや県内各自自治体・保健所・病院などで掲示されます。

9月24日～30日は「結核予防週間」

医療が進んでいると言われる日本ですが、いまだ結核の中まん延国です。

結核予防会では、結核に関する正しい知識の普及啓発を図るため、周知ポスターやパンフレット「結核の常識」等を作成配布するとともに、「全国一斉複十字シール運動キャンペーン」として全国各地で街頭募金や無料結核健診、健康相談等を実施して、結核予防の大切さをお伝えしていきます。

結核の初期症状は風邪とよく似ています。

結核は日本の重大な感染症です。

結核予防週間
9/24～9/30

公益財団法人結核予防会
Japan Anti-Tuberculosis Association
〒112-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
TEL 03-5292-9288 e-mail ktpyo@jstphq.org

複十字シール運動推進

大井川知事に陳情書を提出



8月9日(木)に、当協会の金子会長、小野専務理事は、結核予防婦人団体である「茨城県健康をまもる女性団体連絡会」の櫻井会長、副会長の方々とともに「複十字シール運動」や結核対策への協力をお願いするため、茨城県庁の大井川和彦知事を表敬訪問しました。

金子会長は、「本年2月に広島県で開催された第61回結核予防全国大会で決議・宣言された結核に関する正しい知識の普及啓発などの項目の実現のため、ご配慮いただきたい」と陳情書を提出し、大井川知事からは「何ができるか検討したい」との言葉をいただきました。



複十字シール運動にご協力をお願いします

複十字シール運動は、結核や肺がん、COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの胸の病気をなくして、健康で明るい社会をつくるため、世界各国で毎年行われている募金活動です。集められた募金は、結核撲滅の国際協力、胸部疾患の普及啓発、結核予防関係団体の活動、調査研究等の支援に役立てられています。皆様のご支援とご協力をお願いいたします。

茨城県の結核

結核で亡くなった人：**33人**／年(平成28年茨城県人口動態統計(確定数)の概況)
新たに結核に罹った人：**354人**／年(平成28年結核年報/茨城県)
茨城県の結核罹患率(人口10万対)：**12.2人**(平成28年結核年報/茨城県)

募金方法

口座振り込みにて受け付けておりますので、下記あてにご連絡ください。追って、振込手数料が不要の専用振込用紙と複十字シールをお送りいたします。

連絡先

総務課 ※「複十字シール募金希望」とお伝えください。
TEL: **029-241-0011** (代)



2018年の複十字シールデザインも安野光雅氏が手掛けており、「大きな森の小さな家」(ローラ・インガルス・ワイルダー著)の物語の世界がユーモラスで愛嬌のある画風で描かれています。

〔個人情報取り扱いについて〕 けんこうリンクは、募金者の個人情報を厳正に保護管理し、「募金振込用紙の送付」並びに「募金に関する機関紙の送付」のみに使用させていただきます。

「労働衛生サービス機能評価認定更新のお知らせ」

この度、「労働衛生サービス機能評価認定施設」として6度目(認定期間3年)の認定更新を受けました。

この認定は、労働安全衛生法などの関係法令に基づき、健診機関の設備や機器、人的体制、健診技術、データ管理・保護、各種規程の整備等といった多岐に渡る項目を第三機関の厳格な審査で総合的に評価され、認定は信頼できる優良施設の証明となり、茨城県内では私たちが唯一の認証取得機関となります。

けんこうリンクは今後もより一層皆様に信頼される健診機関を目指し、努めてまいります。



読者 PRESENT プレゼント

本誌をご愛読いただいている方に、乳がんマンモグラフィ検診と子宮頸がん検診がそれぞれ無料で受けられる無料クーポン券と、けんこうリンクのオリジナルのTシャツとタオルをプレゼントいたします。(応募者多数の場合には抽選となります)

以下の申込条件とご注意事項をよく読み、ご理解のうえお申し込みください。

PRESENT 1 乳がん(マンモグラフィ)検診無料クーポン券...25名様



○申込条件とご注意事項

- ◇申込(受診)対象者:年齢が40歳以上の女性でマンモグラフィ検診を初めて受診される方又は何年も受診していない方
- ◇以下の①~⑦に該当する方は、お申込みになれません
 - ①過去に乳がんを患ったことがある ②手術後で現在治療中である ③ペースメーカーを装着している
 - ④豊胸手術をした ⑤妊娠中若しくは妊娠の可能性がある方 ⑥他の医療機関で受診されており、精密検査が必要な方
 - ⑦既に市町村や別団体から配付されたクーポン券を利用した・する方
- ◇本券は、けんこうリンク本部(水戸市)でのみ利用可となります。県南センター・県西センターや他の医療機関ではご利用になれません。

PRESENT 2 子宮頸がん検診無料クーポン券...10名様



○申込条件とご注意事項

- ◇申込(受診)対象者:年齢が20歳以上39歳以下で子宮頸がん検診を初めて受診される方又は何年も受診していない方
- ◇以下の①~⑤に該当する方は、お申込みになれません
 - ①過去に子宮頸がんを患ったことがある ②手術後で現在治療中である ③妊娠中若しくは妊娠の可能性がある方
 - ④他の医療機関で受診されており、精密検査が必要な方 ⑤既に市町村や別団体から配付されたクーポン券を利用した・する方
- ◇本券は、けんこうリンク本部(水戸市)でのみ利用可となります。県南センター・県西センターや他の医療機関ではご利用になれません。

PRESENT 3 オリジナルTシャツ(半袖,色ライムグリーン)各サイズ...2名様

サイズ	WM	S	M	L	LL
身長	157cm	163cm	170cm	179cm	181cm
身丈	59	65	68	71	74
身巾	44	47	50	53	56
肩巾	38	44	46	48	50
袖丈	18	20	21	22	23

※WMサイズは女性用。それ以外のサイズは男女兼用。



PRESENT 4 オリジナルタオル...5名様

サイズ:340mm×840mm

必要事項(住所/氏名(ふりがな)/年齢/職業/電話番号)、プレゼント希望番号(プレゼント1~4のいずれか1つ)をご記入のうえ、以下の方法でお申込みください。お申込み様式は不問ですが、1回のお申込みで複数のプレゼントのお申し込みはできませんのでご注意ください。なお、当選発表は発送をもって代えさせていただきます。

FAX:029-241-0332 E-mail:k-kikaku@ibasouken.org

応募締切日:10月19日(金)必着

【個人情報の取扱いについて】

プレゼントの応募により取得しました個人情報は、PRESENT1~2については、プレゼント送付・検診お申込み時の本人確認、PRESENT3~4についてはプレゼントの送付にのみ利用し、それ以外の目的には利用いたしません。なお、応募された時点で、応募により得られた個人情報をけんこうリンクが取得し、利用目的により使用することに同意することとさせていただきますので、予めご了承ください。



けんこうリンク

公益財団法人 茨城県総合健診協会

〒310-8501 水戸市笠原町489-5
TEL 029-241-0011(代) FAX 029-241-0332

【全国組織】

- (公財)結核予防会茨城県支部
- (公財)日本対がん協会茨城県支部
- (公財)予防医学事業中央会茨城県支部

【施設認定】

- 労働衛生サービス機能評価機構認定施設
- 国際品質保証規格ISO9001:2015認証取得
- プライバシーマーク認証取得 

<input type="checkbox"/> 県西センター	〒308-0125 筑西市関本分中37-1	TEL 0296-20-3480	FAX 0296-20-3482
<input type="checkbox"/> 県南センター	〒300-0025 土浦市手野町1-1	TEL 029-830-3355	FAX 029-828-0985
<input type="checkbox"/> 茨城県立健康プラザ	〒310-0852 水戸市笠原町993-2	TEL 029-243-4171	FAX 029-243-9785

編集後記

7月に幕を閉じた2018FIFAワールドカップ。関心を持たれていた方も多いのではないのでしょうか？ベスト16という素晴らしい結果を残した日本代表の活躍もさることながら、世界から称賛されたのが日本人サポーターたちの行動でした。彼らは試合後、自分たちが使用したスタジアムの観客席を歩き回ってゴミ拾いをし、開場前と変わらないほど綺麗に片づけました。もし私

だったら、何もせずに会場を後にしてしまっていたかもしれない。だからこそ、当たり前に行っている彼らをととても誇らしく思います。そして、誰に見られるでも、褒められるでもなく、人として大切なことが自然とできる人にならなくてはならないと、同じ日本人の彼らから学びました。(Y. H)

個人情報保護に関するお知らせ

当協会では、機関紙「けんこうリンク」の発行に関わるみなさまの個人情報を、同紙の送付以外には使用いたしません。次回以降、送付をご希望されない場合は、経営企画室までご連絡くださいますよう、お願いいたします。

「けんこうリンク」の各種情報は、

<http://www.ibasouken.org/>

